

## SELF-EFFECTIVENESS-PROFESSIONAL (SEP)

**T**atsächliche Freiheit im Denken und Handeln zu erlangen; etwas Eigenes zu gestalten und zu leben – ob im Großen oder im Kleinen – ist ein Wunsch, den wir alle in uns tragen. Doch der Prozess der Globalisierung normiert die Gesellschaft und jeden Einzelnen. Eine Normierung, die wirkliche Individualität und Selbstverwirklichung verhindert. Vor diesem Hintergrund fällt es manchem schwer, die eigenen Wünsche zu identifizieren und zu realisieren. Um unsere Vorstellungen vom Leben in den Alltag zu integrieren, braucht es Herz und Verstand, eine gefestigte Persönlichkeit, Zielstrebigkeit und einen flexiblen Geist. So sind wir in der Lage, die Herausforderungen des Lebens zu meistern und den Weg zu gehen, für den wir uns entschieden haben.

**U**m dabei die notwendigen Veränderungen nicht nur zuzulassen, sondern aktiv anzugehen, bedarf es Mut, Entschlossenheit und das Streben nach Selbsterkenntnis. Sie führen uns zur Einsicht in die Zusammenhänge des Lebens. Ein erheblicher Teil der Strahlkraft einer Persönlichkeit speist sich aus dem Wissen um Ursprung und Ziel, um die Quelle von Vielfalt in uns. So können wir wählen, mit welchen Aspekten wir uns selbst verwirklichen möchten. Die Entschlossenheit und die Disziplin eines klaren Verstandes helfen dabei, unsere Konzentration und Aufmerksamkeit auf das für uns Wesentliche zu lenken und uns beständig an unsere Ziele zu erinnern. Das Erkennen der inneren Potenziale und die Entfaltung der eigenen Wirkkraft auf dem Fundament einer gereiften, vielschichtigen und beständigen Persönlichkeit sind das Ergebnis der Arbeit an sich selbst.

### ZIELGRUPPE

**A**m Self-Effectiveness-Professional kann teilnehmen, wer das SET durchlaufen und abgeschlossen hat. Das SEP eignet sich besonders gut für Studierende und Angehörige psychosozialer, medizinischer und pädagogischer Berufsgruppen, sowie für Personen, die in beratenden Berufen oder in leitenden Positionen tätig sind oder sich auf die Übernahme von Führungsaufgaben vorbereiten wollen. Die Teilnahme kann auch Personen empfohlen werden, die

- ihr Wissensspektrum erweitern und vertiefen wollen
- Persönlichkeitsentwicklung und Fortbildung miteinander verbinden möchten
- beruflich oder privat vor neuen Herausforderungen stehen
- ihr eigenes Führungsverständnis und Führungsverhalten sowie ihre Arbeitssituation reflektieren möchten
- sich mit der Wirkung und Wirksamkeit der eigenen Persönlichkeit bewusst auseinandersetzen möchten

## **BIOGRAPHISCHE ANALYSE / BIOGRAPHIEGESPRÄCHE**

*Zwei Wochenendseminare à 24 Std. (Donnerstag 19h bis Sonntag 14h)*

- Biographische Analyse
- Paarinterview
- Kleingruppenarbeit
- Vortrag und Diskussion im Plenum

## **FAMILIENAUFSTELLUNG**

*Ein Wochenendseminar 24 Std. (Donnerstag 19h bis Sonntag 14h)*

- Systemische Aufstellungsarbeit
- Elemente aus der Familienrekonstruktion
- Vortrag und Diskussion im Plenum

## **SELBSTSICHERHEITSTRAINING**

*Ein Wochenendseminar 24 Std. (Donnerstag 19h bis Sonntag 14h)*

- Monitoring
- Vortrag und Diskussion
- Vortrag und Diskussion im Plenum
- Interaktions- und Kommunikationsübungen in vivo
- Ausführliche Reflexionsphasen sichern den Lerntransfer

## **BODY & MIND (ARBEIT MIT KOGNITIONEN)**

*Vier Wochenendseminare á 24 Std. (Donnerstag 19h bis Sonntag 14h)*

- Bodyreading
- Mind Clearing
- Energiebalancing
- Positives Denken und Affirmationen
- Vitalisierende, harmonisierende und intuitive Massagen
- Atemanwendungen
- Einführung in die Meditation
- Vortrag und Diskussion

## **SELF-EFFECTIVENESS-INTENSIV**

*Ein Wochenseminar 38 Std. (Dienstag 18h bis Samstag 13h)*

- Kommunikation in Dyaden
- Meditation
- Vortrag und Diskussion

## **BILANZIERUNG UND ABSCHLUSS**

*Ein Wochenendseminar 12 Std. (Freitag 19h bis Sonntag 14h)*

- Reflektionen über das vorherige Modul und die Nutzung der Lerninhalte im persönlichen Leben
- Vertiefung der gelernten Inhalte anhand der Präsentationen der Entwicklungsarbeiten der Teilnehmer/innen (Kolloquium)
- Abschluss

## **TERMINE, ORT, LEITUNG**

- siehe [www.calumed.de](http://www.calumed.de)

## **DAUER, UMFANG, KOSTEN, ZERTIFIZIERUNG**

- Dauer 2 Jahre | Gesamt 242 Stunden | Kosten 4.360,- € exkl. U/V
- 8 Wochenendseminare á 24 Stunden
- 1 Wochenendseminar 12 Stunden
- 1 Wochenseminar 38 Stunden
- Abschlusszertifikat mit Nachweis der Lerninhalte